

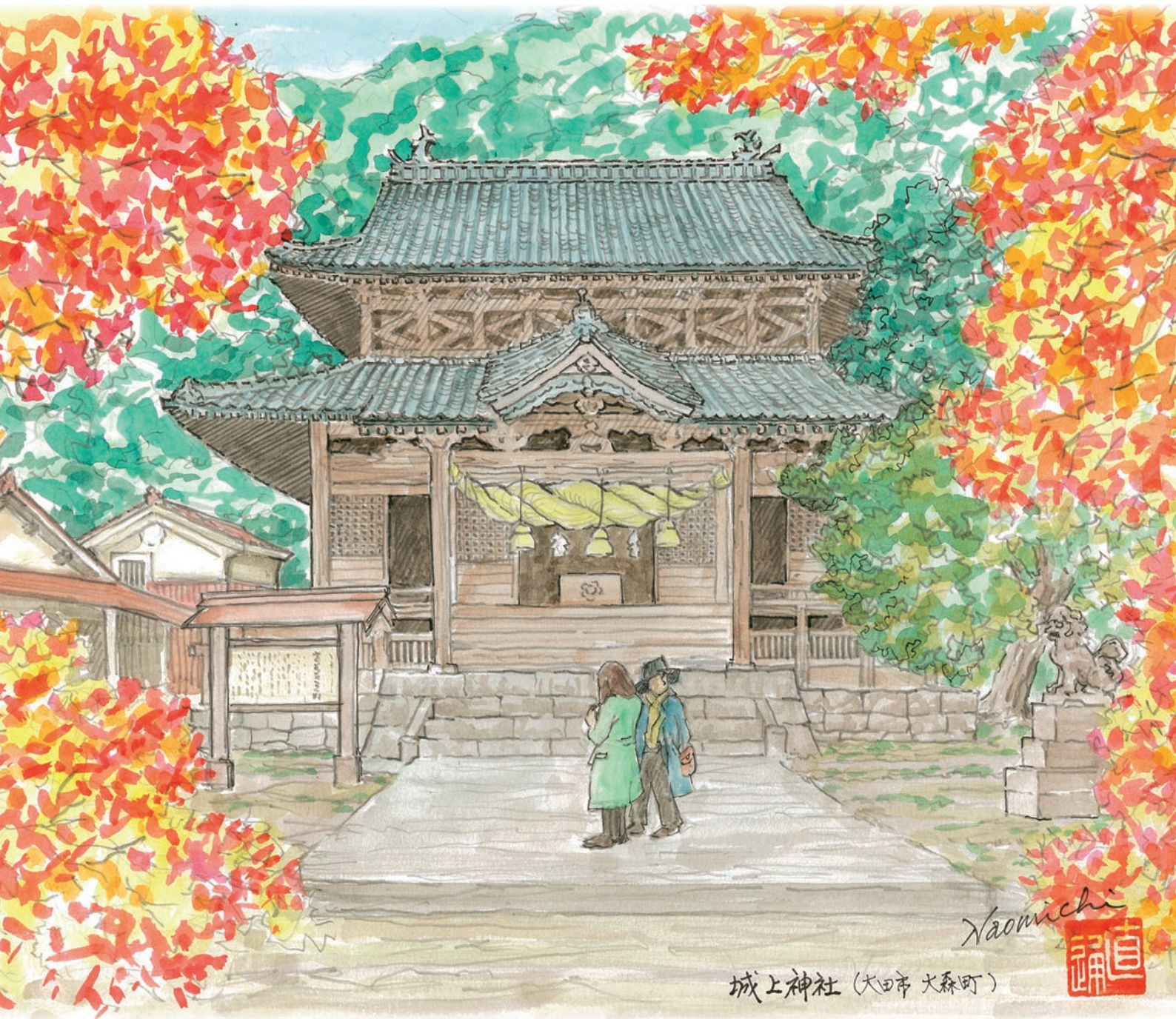
2019

11

November Vol.44

JALしまねびより

今月の特集 島根のいいもの再発見!! 「大田市 あか穂もち」 石見銀山地区本部



Naomichi

城上神社 (大田市 大森町)



JALしまね いわみ中央地区本部版

島根には誇れる農産品がたーっさん!

島根のいいもの 再発見!!

直撃・生産者インタビュー

大田市 あか穂もち

11月は、石見銀山地区本部。大田市で、あか穂もち米作りに取り組む黒谷明司さんにお話を伺ってきました。



初穀が赤くなる全国的に珍しい品種。

大田市に位置する三瓶山の麓で、「あか穂もち」と呼ばれる稀少なもち米を栽培している黒谷さん。あか穂もちはその名の通り穂が赤く、加工されたもちは白ですが、普

古くから残る 三瓶地域の在来種



お話を伺った黒谷明司さん。

通のもちと比べて粘りが強く旨味があると言われています。

江戸時代から三瓶地域ではあか穂もち米が作られ、背丈が高いことからお祭りの山車の花車にもこの藁が使われてきました。しかし、時代が流れていくにつれ栽培の難しさから生産農家は減っていき、自分たちで消費するくらいしか作られなくなっていました。

元々美味しくて評判だったあか穂もち。2003年に、このもちを大田市の特産にしたいと考えたJAから依頼され、三瓶地域の数軒の農家が本格的な契約栽培を始めました。収穫したもち米をJAがすべて買い取り、加工して商標登録された「三瓶のあか穂もち」として売り出すという仕組みです。黒谷さんは当時、自身もJA職員だったということもありこの依頼を引き受け、使命感を持って栽培に取り組みました。しかし、このもち米を育てることはそう簡単なことではありませんでした。

苦労が多い あか穂もち米栽培

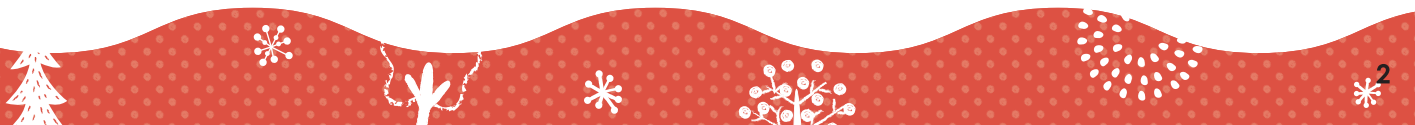
あか穂もち米はこの地域の



人間の高さほどまでに成長する稲。

在来種であり全国的にも珍しい品種です。そのため、種を他から入手することが難しく、毎年自分で育てた稲から種籾を採取し、翌年用に保存しておくなければなりません。

4月になると、まずはその種を育苗箱で育てます。中旬くらいから田んぼの準備をし、ある程度の長さまで苗が成長したところで田植えが始まります。最近ではほぼ機械作業になりましたが、それでも5反の田んぼを管理するのは一苦労です。そして、あか穂もち米の稲は、成長すると背丈が150cmくらいに伸びるのが特徴です。10月に入り、葉や茎が黄金色になったところで、稲刈りのシーズンに入ります。



背丈が高い稲を刈り取る 作業がいちばんの難点

背丈が高い稲を刈り取るため、通常のコンバインを使う際に後ろのカッター部に詰まりやすいという難点があります。その度に機械を止めては詰まった稲を取り除き、また再開する…という作業を繰り返す必要があり、また、この季節は台風が多い時期であり、刈り取るタイミングも重要です。雨風が強い日が続くと稲は倒れやすく、田んぼに溜まった雨水に穂がつくと芽が出てしまいます。そうすると、品質が低下し収穫量も減ってしまうので、その前にすべて刈り取らなければなりません。ある年には、風



稲が倒れやすく、毎年稲刈りの作業には多大な労力が必要とする。



殻付きの粳。これを翌年の種として使うため冬の間保存しておく。

でべったりと倒れた稲をコンバインで無理矢理刈り取ろうとして、機械が壊れてしまったこともありまし

た。このように、倒伏しやすく穂先が絡み合って収穫も大変な上に、うるち米を収穫した後にもち米を収穫する場合は、混ざらないように一旦すべての機械（コンバイン、乾燥機、粳摺り機等）の掃除をしなければならず、それも非常に手間の掛かる作業で、生産者の高齢化と共に栽培農家は減っていきまし

た。また、これだけ苦労して稲刈りをしていても収量が少なく、うるち米だと一反で約8俵収穫できるところが、あか穂もち米は6俵前後。それは、元々穂の数が少ないのもあります

が、粒が通常より小さいことにも関係しているようです。

そこまでして作り続ける 本当の理由

栽培の難しさや機械維持費の関係からあか穂もち米の生産者は年々減少し、品種改良された背丈の低いあか穂もち米を作る人は近所に一人おられますが、在来種を育てているのは黒谷さんただ一人になりました。それでも作り続ける本当の理由は、黒谷さんが誰よりもこのもちのファンであるから。毎年、お正月から3月まで毎朝欠かさず4つは食べるという、その美味しさを一度知ってしまったら他のもちでは物足りなさも感じにくいです。黒谷さんいわく、シンプルに醤油だしに鰹節と

のりをかけるだけの雑煮もちが一番美味しいんだそう。このもちが大好きで、いつまでも食べたいという自身の想いも栽培を続ける原動力となっています。

しかし、年齢と共に体力的にもきつくなってきた現在は、「正直なところ、そろそ



加工されたもち白。粘り気が強く煮崩れにくい。

ろ辞めようかなと思ったり。」と本音がポツリと出てしまうほど。「でも、今は自分一人なので辞めるわけにはいかないし、このあか穂もちを絶やしたくないという気持ちがあります。体力と機械が続く限りは、頑張らないといけないなど。」笑いながらも力強く語る黒谷さん。最近はおちを食べる人も減り、もち自体に関心がない人がほとんどだと感じる一方で、今でももちの美味しさに惹かれ正月以外にも食べるという人もまだまだいます。「やっぱりこのもちじゃないとだめ。」と言う周りの人たちが、もっと多くの人たちに食べてもらうためにも、この味わい深く美味しいあか穂もちを後世に残すべく、黒谷さんは日々努力を続けています。

あか穂もち

一口メモ

三瓶のあか穂もち米は、寒暖差が大きい高地で育てているということもあり、粘りが強く、味を強く感じるができます。また、きめが細かく、煮崩れしにくいことから、鍋物、すき焼き、雑煮、ぜんざいなどに最適です。焼いて食べる場合は、外はパリッ、中はもちもちで、もち本来の旨みを楽しむことができます。また、お隣の飯南町でも作られているあか穂もち米の稲藁は、出雲大社・神楽殿の大しめ縄に使われていることで知られており、神々の国の伝統も受け継いでいます。



「JAの自己改革に関する組合員アンケート」

◆中間集計結果のご案内◆

JAグループでは、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つを基本目標に、自己改革に取り組んできました。これらの取り組みについて、組合員の皆さまからの評価をいただくため、現在、「JAの自己改革に関する組合員アンケート」を実施しており、本年5月末までに、県内で44,357人（正組合員24,203人、准組合員20,154人）の組合員の皆さまにご協力をいただきました。

このたび、皆さまからいただいた調査結果につきまして中間集計結果としてご報告させていただきます。

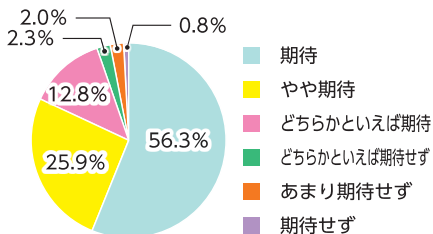
（注）四捨五入の関係で構成比率が100%にならないグラフもあります。

自己改革への評価について

■ 営農指導事業（農業の栽培技術指導や経営支援など）

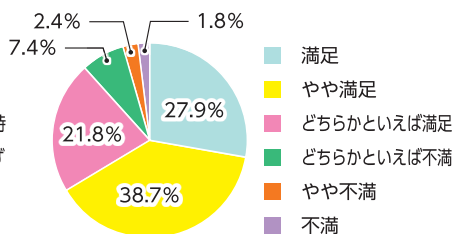
正組合員

○期待度



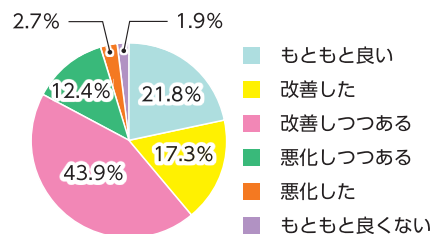
回答いただいた正組合員のうち、95.0%の方より期待を表す回答をいただきました。

○満足度



回答いただいた正組合員のうち、88.4%の方より満足を表す回答をいただきました。

○事業内容変化

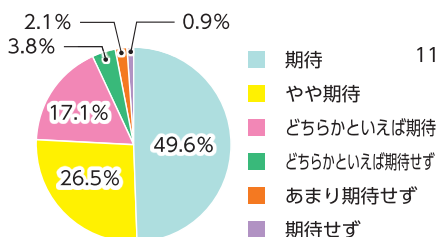


回答いただいた正組合員のうち、83.0%の方より改善を表す回答をいただきました。

■ 農畜産物販売事業（農畜産物の販売など）

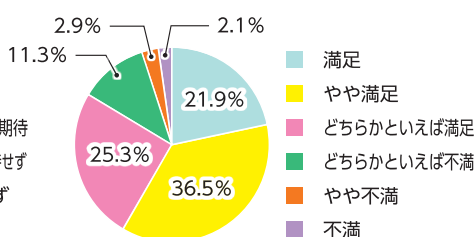
正組合員

○期待度



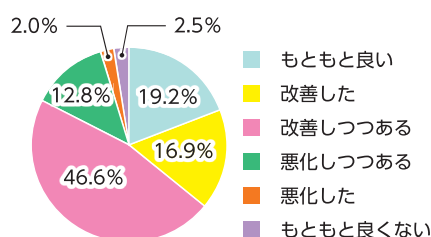
回答いただいた正組合員のうち、93.2%の方より期待を表す回答をいただきました。

○満足度



回答いただいた正組合員のうち、83.7%の方より満足を表す回答をいただきました。

○事業内容変化

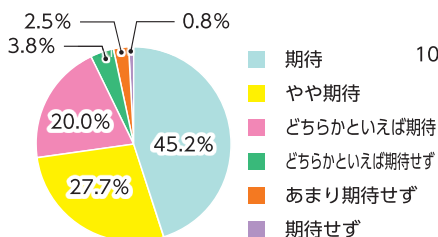


回答いただいた正組合員のうち、82.7%の方より改善を表す回答をいただきました。

■ 生産資材購買事業（肥料や農機具等の販売など）

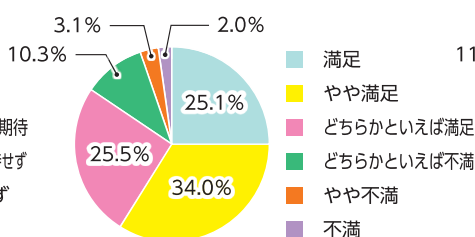
正組合員

○期待度



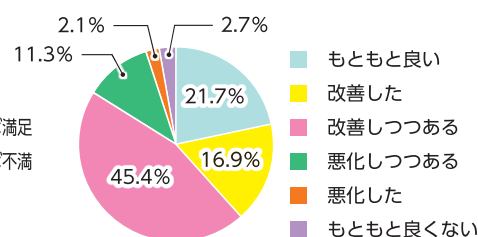
回答いただいた正組合員のうち、92.9%の方より期待を表す回答をいただきました。

○満足度



回答いただいた正組合員のうち、84.6%の方より満足を表す回答をいただきました。

○事業内容変化

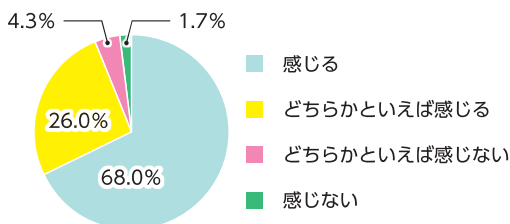


回答いただいた正組合員のうち、84.0%の方より改善を表す回答をいただきました。

J Aの総合事業について

○ J Aの必要性

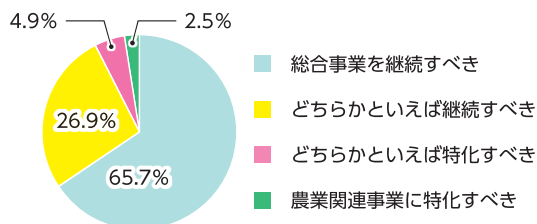
正組員 准組員



回答いただいた組合員のうち、94.0%の方よりJAは地域農業や暮らしにとって必要な存在として肯定的な回答をいただきました。

○ J Aの総合事業の継続

正組員 准組員



回答いただいた組合員のうち、92.6%の方より総合事業の継続について肯定的な回答をいただきました。

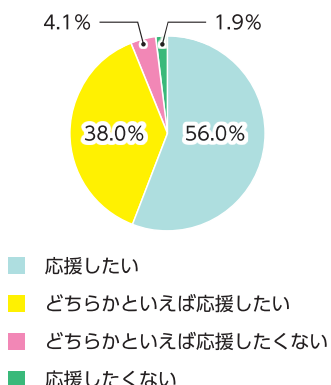
■ 総合事業の意義

J Aは、多様な事業を総合的に展開することで、地域農業の振興や地域づくりに努めています。とりわけ、収支が厳しい農業関連事業は、信用事業や共済事業などを含めた総合事業だからこそ、営農指導員の配置や大規模な農業施設投資を実現できています。一方、「総合事業だから農業関連事業に力を入れていないのではないか」との理由から、事業を分離するべきとする意見もあります。

准組員制度について

○ J Aの地域農業の振興や地域づくり活動の応援

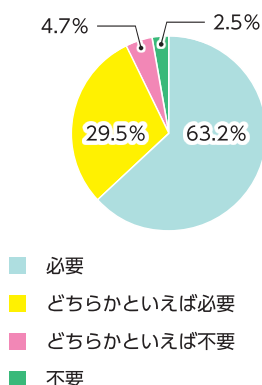
准組員



回答いただいた准組員のうち、94.0%の方より地域農業や地域づくりの応援に肯定的な回答をいただきました。

○ 准組員の J A事業利用の必要性

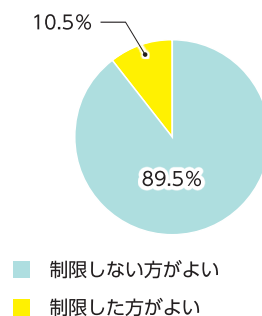
正組員



回答いただいた正組員のうち、92.7%の方より利用について肯定的な回答をいただきました。

○ 准組員の J A事業利用の制限

正組員 准組員



回答いただいた組合員のうち、89.5%の方より利用について制限しない方がよいとの回答をいただきました。

■ 准組員制度の意義

准組員は、J Aの事業を利用したり、地域の農畜産物を食べることを通じて、正組員とともに、地域の農業と暮らしを支える存在です。准組員の事業利用によりJ Aの経営が安定し、農業関連事業の実施や地域に必要な生活サービスの維持が可能となるなど、正組員にとってもメリットがあります。一方、J Aは、農業者の組合として農業関連事業に特化するべきであり、准組員の事業利用は規制するべきとの意見もあります。この准組員の事業利用規制は、実施されるかどうかは決まっていません。もし実施された場合、准組員は事業が一部利用できなくなるほか、正組員にとっても、営農指導員の配置や大規模な農業施設投資を実現できなくなる恐れがあります。



組合員アンケートは12月中旬まで実施いたします。
引き続きご協力をよろしくお願いいたします。
なお、最終集計結果のご報告は令和2年5月以降を予定しております。

消費税率の引き上げ

軽減税率

JAの事業はどうなる!?

令和元年10月1日より消費税率が8%から10%へ引き上げとなりました。また軽減税率制度もはじまり、今後は2つの税率が混在することとなります。

今回はこの税制改正にともない、当JAの事業をご利用いただく際にご注意いただきたいことをご紹介します。

農業者のみなさま に影響すること

農畜産物を販売する際の適用税率

2019年10月1日より、消費税率が8%から**10%**となりました。これに併せて飲食料品（加工品・農畜産物を含む）については軽減税率（**8%**）が適用されます。

軽減税率が適用される (8%) 農畜産物

主食用米・野菜・果実・枝肉など、飲食料用として販売されるもの

※JAから振り込まれる農畜産物の販売代金は、消費税率8%が適用されます。

軽減税率が適用されない (10%) 農畜産物

飼料用米・種子・花卉類・素牛など、飲食料用として販売されないもの

※JAから振り込まれる農畜産物の販売代金は、消費税率10%が適用されます。

委託販売手数料の経理の取扱い変更

軽減税率の導入により、農畜産物（税率**8%**）と委託販売手数料（税率**10%**）の適用税率が異なるため、軽減税率が適用される農畜産物を販売した際の、委託販売手数料の経理の取扱いが変わります。

※軽減税率が適用されない農畜産物の販売に係る委託販売手数料の経理の取扱いは、変更ありません。

2019年9月30日までの取扱い(現行)

販売金額から委託販売手数料を控除した後の金額を課税売上とすることができます。

2019年10月1日以降の取扱い

販売金額から委託販売手数料を控除できません。入金額でなくJAから送付された仕切書や販売代金精算書の販売金額を課税売上とします。

免税事業者の方へ

(基準期間の課税売上高1,000万円以下)

納税義務の有無を判定する際、2019年10月1日以降は、課税売上高の計算上、委託販売手数料を控除できません。

基準期間（2年前）の課税売上高を判定する際に注意が必要です。

課税事業者で簡易課税制度を選択中の方へ

(基準期間の課税売上高5,000万円以下)

簡易課税制度の適用可否を判定する際、2019年10月1日以降は、課税売上高の計算上、委託販売手数料を控除できません。

基準期間（2年前）の課税売上高を判定する際に注意が必要です。

下記の専用ダイヤルでも相談が可能です。

国税庁

消費税率軽減税率電話相談センター 専用ダイヤル

0570-030-456

農林水産省

農林水産省の相談窓口(消費税関係) 専用ダイヤル

03-3501-1384

資材のご購入

肥料や農薬など資材のご購入については、新税率**10%**が適用となります。

全てのご利用者さま に影響すること

金融

J Aの窓口やATMからのお振込など所定のお手続きの際の手数料は、新税率**10%**が適用となります。



生活店舗・直売所

産直野菜をはじめとした飲食料品のご購入は、**8%**の軽減税率が適用となります。ただし、花卉および酒類など一部の商品については、新税率**10%**が適用となります。



葬祭

祭壇利用や生花などの料金は新税率**10%**が適用となります。ただし、一部サービス（食品「果物・乾物」を使用した盛籠など）は**8%**の軽減税率が適用となります。



新聞・図書

【日本農業新聞】
毎月の定期購読料は、**8%**の軽減税率が適用となります。



【家の光】
令和元年11月号より新税率**10%**が適用となります。家の光図書は令和元年10月1日発送分より新税率**10%**が適用となります。



共済

現在ご契約中のJ A共済は、この度の消費増税にともなう掛金の変更などはございません。



燃料

【ガソリンスタンド（JASSなど）】
全てのサービスで新税率**10%**が適用となります。

【プロパンガス】
新税率**10%**が適用となります。

なお、令和元年9月以前より継続してご利用で、10月検針分の対象期間に9月が含まれる場合は経過措置により旧税率**8%**が適用され、11月検針分より新税率**10%**が適用となります。



介護・福祉

消費税率の引き上げにともない、介護給付費（報酬）が改定され、利用者負担額が**変更**となります。



J A各事業の主だったお取引についてご紹介しています。
詳細やその他お取引についてはJ A担当者へお問い合わせください。

「キャッシュレス・ポイント還元事業」のお知らせ



J Aしまねは、『**キャッシュレス・ポイント還元事業**』へ参加しています。

『キャッシュレス・ポイント還元事業』対象店舗につきましては、ホームページにてご確認をお願いします。

還元期間：令和元年（2019年）10月1日～令和2年（2020年）6月末

ポイント還元制度とは

- お近くの対象店舗でクレジットカード（JAカード等）や電子マネー（楽天Edy等）等を使って代金をお支払いいただくとポイント還元が受けられる制度です。
- 生活購買・資材店舗では**5%**、ガソリンスタンドでは**2%**の還元を受けることができます。
※詳細につきましては、各店舗へご確認ください。
- 対象店舗は、**店頭**にポスターを掲示しています。



J Aカードでキャッシュレス決済を始めよう

J Aカードは好きな商品と交換できるポイントで還元!

「JAカード わいわいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントを還元します。

例えば ◎5%還元対象店舗で50,000円をJAカードで決済された場合
50,000円 × 5% = 2,500円 相当のポイントを還元 (2019年7月時点で予定している還元方法になります)

ポイント還元でたまったポイントは「JAカード わいわいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」の好きな商品と交換できます!

交換
商品例

500
ポイント~

キャッシュバック
1ポイント4円で
ご請求金額から差引き

1,050
ポイント

三菱UFJニコス
ギフトカード
5,000円分



J Aカード（一般）は
初年度年会費無料!

次年度年会費も
ご利用条件達成で無料に!

J Aカードのお申込み・各種サービスについては、お近くの支店までお気軽にご相談ください。

石見銀山地区本部 JAグリーンおおだ



産直へようこそ!!

岡山・徳島・大分・宮崎の4県の特産品は、JAグリーンおおだの「自分たちが作った農産物を地元の人に食べてほしい」という声を受け、平成9年2月にオープンした同店と同時に多くの来店客で賑わう。



大田市の中心部にある「JAグリーンおおだ」。市内の生産者からの「自分たちが作った農産物を地元の人に食べてほしい」という声を受け、平成9年2月にオープンした同店と同時に多くの来店客で賑わう。

約300人の出荷会員から持ち込まれる農産物は、品数と種類の豊富さに自信あり。その秘密は、三瓶山と平場という気候が異なる地域から農産物が出荷されること。平場からの出荷が終わった農産物が、次は三瓶山近隣から出荷される、いわゆるリレー出荷を管内でできる当地の強みだ。

充実した農産物を安定して提供するためには、出荷会員数の維持・拡大が欠かせない。同産直を運営する石見銀山地区本部は、行政などと連携して生産者の育成に力を入れる。毎年開講する「おおだ農援塾」もその一つ。1年をかけて農業を学んだ塾生は、修了後、地域農業の担い手として、また出荷会員として活躍する。そのほか、遠隔地からの出荷負担を軽減するための週3回の定期集荷や、



カットかぼちゃは来店者のニーズをつかみ売れ筋商品



産直ならではの生産者からの手作りメッセージに癒されます

月1回発行するお知らせで売れ筋情報を共有するなど、出荷会員へのサポートにも力を入れる。店内には、JAしまね石見銀山女性部の食品加工グループが運営する惣菜コーナー「キッチンきれんげ」もあり、地元産食材にこだわった手作りのお惣菜は同産直をますます魅力的なものにしている。調理場はガラス張り、安心・安全をモットーにメンバーが手際よく作業する様子を見ることが出来る。

売れ筋商品は、出荷会員が作ったかぼちゃを店内でカットした「カットかぼちゃ」。1玉丸ごとを買うのに躊躇されがちな産直かぼちゃも、カットする事で気軽に購入できるとあって来店者に大好評。夏にはカットしたスイカも並ぶ。

地産地消に生産者と二人三脚で取り組む同産直には、来年も新たな生産者が丹精込めて育てた農産物が並び、店内は更なる活気に包まれる。



「キッチンきれんげ」には郷土料理の箱寿司をはじめ美味しいお惣菜がズラリ



11月からはユズが本格的に出回る



店名：JAグリーンおおだ
 所在地：島根県大田市長久町長久口265-14
 TEL：0854-84-9130
 営業時間：9:00～18:30
 定休日：1月1日・2日

JA 自己改革 実践中

JAグループ島根

JAしまね農業振興支援事業 活用事例のご紹介



JAしまねでは、経営拡大に向けた基盤整備や機械等の更新対策、県域でのモデル事業を実施するために、「JAしまね農業振興支援事業」に取り組んでいます。

大田市 株式会社コッシーふぁーむ

株式会社コッシーふぁーむは大田市大田町でいちご、水稲、アスパラガスを栽培しています。代表取締役の越田健一さんは就農して13年目になります。

もともと農業に興味があったという越田さんは、勤めていた関西の会社を退職。平成19年に奥さんの実家がある大田市に1ターンし、就農しました。

2年前に法人化し、現在は従業員3名とパート1名、奥さんとで経営しています。

越田さんは農業振興支援事業を活用し、アスパラガスのハウスを建設しました。

「ハウスを導入する上で、活用できる事業を探していた時に担当職員がこの事業を紹介してくれた。非常に助かった」と話します。

アスパラガス栽培は就農時から興味があったそうで、ハウス内の高畝は当時、県内では普及していなかった時代に試行錯誤の末、手作りで製作したものもあります。

サラリーマン時代の経験も役に立っていると話す越田さん。「作業をする上で常に工夫するようにしています」と笑顔で話していただきました。

今後もハウスを増棟する予定で、さらに生産拡大を行い、生産額の増大を図ります。



コッシーふぁーむの皆さん（中央が代表の越田さん）



JA YOUTH

一所懸命 青年連盟

JAしまねやすぎ青年連盟

JAしまねやすぎ青年連盟は全体で78名の農家盟友とJA職員盟友がおり、6支部で構成されています。各支部イベント出店や食農教育など様々な活動を行っています。

やすぎ青年連盟の活動は、近年では独身盟友を対象にした恋活イベントを開催しております。今年度は安来市の新規就農者や地域住民にもっとやすぎ青年連盟を知ってもらうため、交流型イベントを開催しました。盟友のいちごのハウスにお邪魔させてもらい、いちご狩りを行った後、懇親会を行い地域の方々との交流を楽しみました。

さらに毎年、女性部と連携して地元保育園とのさつまいも栽培体験を実施しています。女性部とともに地域の子供たちに食と農の繋がりを学んでもらうきっかけになってくれればと思います。活動を行っています。

安来市では近年、新規就農者が増えてきました。そういった方々と農青連の活動を通じて地域の農業の発展や交流を広げたいと考えています。



雲南

農機目白押し200点 農業機械大展示会開催

雲南地区本部は10月19日、20日の両日、地区本部駐車場の特設会場で農業機械大展示会を開きました。メーカーや関連業者など9社が約200点の農機を展示し、JA全農が取り組む低価格な共同購入トラクターや管理機、畦草刈機などの中小農機に注目が集まりました。

秋に行われる展示会は毎年、米の収穫が一段落つく10月中下旬に他社に先駆けて開催しており、経済部農業機械課の大坂克彦センター長は「次回の開催を期待する声もあり定着しつつある。農業機械を利用する方の作業の省力化や効率化の一助となるため、最新機種や特価商品などを提案していきたい」と話します。

来場者は実際に機械を見ながらJA職員やメーカー担当者から新型農機などの説明を受けるほか、青果品や鉢物、鶏糞など農機以外の販売も楽しみ、2日間で約600人が来場しました。



新型農機などが目白押しで大勢の来場者で賑わいました

くにびき

女性部 更なる活性化へ！ 役員との意見交換会開催

JAしまねくにびき女性部（中島和子部長・759名）は10月7日、教育文化センターSan・san館で、当地区本部役員との意見交換会を開催しました。

意見交換会には女性部役員20名と栗原令本部長をはじめ奥原展芳副本部長、今岡修企画総務部長が出席。冒頭、中島部長は「女性部の活動に対して、より理解を深めていただき、JAと協力しながらよりよい地域を目指していきたい」と挨拶。栗原本部長は「女性ならではの視点を取り入れ、これまでと違ったJAにするためにも、組織の意向に耳を傾けていきたい」と述べました。

その後、JA職員・OGへの理解と協力や営農事業との関わりなどのテーマについて意見交換を開始。女性部役員からは「JAとして女性部活動の理解を促進し、協力してもらえる体制づくりをしてほしい」「産直をもっと活用してもらえる方法を考えてほしい」などの要望が上がりました。

最後に昼食をとりながら更に交流を深め、女性部の活性化を誓いました。



意見交換会の様子

隠岐

年金友の会・ 共済加入者の集い旅行

隠岐地区本部は、JA年金振込指定者および共済契約者を対象に、健康で楽しくゆとりのある生活を促進することを目的に毎年旅行を企画しています。今年度も10月16日から2泊3日の日程で開催し、天候が心配される季節ではありましたが幸い天候にも恵まれ、日頃からJAをご利用いただいている33名とともに出かけました。

初日は、鳥取県の鳥取砂丘や砂の美術館などを見学した後、宿泊先の塩田温泉で宿泊し、大広間での夕食宴会では、カラオケを歌い、時には仲居さんも一緒になって踊るなど大いに盛り上がり参加者同士の親睦を深めることができました。2日目は、和歌山県で旅のメインとなる「福田こうへい」コンサートを堪能し、翌日には大きなトラブルもなく帰路につきました。参加者からは「参加して良かったよ。」などの感想を頂き、今回の旅行を通してとても喜んで頂けたと思います。



やすぎ

やすぎ恋花まつり開催

やすぎ花卉部会は10月5、6日の2日間、安来市安来町のプラナ2階多目的ホールで「やすぎ恋花まつり」を開催しました。安来市は県内有数の花の産地で、同部会では69戸の農家が生産にあたっており、イベントを通じて消費者へやすぎの花をPRしました。

イベントでは、安来産の色とりどりの花を使ったフラワーアレンジメントの無料体験を行い、大勢の方が参加しました。フラワーアレンジメントを体験した子どもは「お花をいっぱい使って作るのが楽しいです」と笑顔で話しました。また、地元幼稚園・保育園児が描いた花の絵と4日に開催した「やすぎの花」品評会に出品された花卉が展示され、華やかな会場に大勢の方が訪れ賑わいました。

同部会の足立昌俊部会長は「こういった花と人が直接ふれあうイベントを通して、花の魅力を伝えていければと思います」と話しました。



石見銀山

三瓶小水力発電所起工式

大田市三瓶町にあるＪＡしまね三瓶小水力発電所の起工式が10月4日に行われました。

三瓶小水力発電所は昨年4月に発生した島根県西部地震により、発電を中止している状態にあります。

当日は、石見銀山地区本部役員や施工業社が参列しました。

同地区本部の山崎辰次本部長は「地域の皆様の役に立てよう、取り組みを進めていきたい」と語りました。

起工式では、鍬入れの儀や玉串奉奠が執り行われました。発電所は令和2年8月に可動する予定です。



挨拶を述べる山崎本部長

出雲

出雲大社散策で交流

ＪＡしまね3地区本部女性部

ＪＡしまね出雲、斐川、石見銀山女性部は10月4日、出雲市で合同研修会を開きました。3地区から約100人の部員が集まり、出雲大社周辺を散策して交流を深めました。

担当地区が他地区女性部を招く合同研修会は、他地区との連携強化、仲間づくりを目的に、昨年度から開いています。今年度は出雲地区本部管内で、健康づくりと出雲の魅力の再発見につなげようと「出雲大社ウォーキング」を企画しました。出雲大社境内や島根県立古代出雲歴史博物館などを巡り、出雲神話の世界を楽しみました。

出雲女性部の高野智子部長は「ガイドの方に丁寧に説明していただき、自分たちも勉強になりました。他地区の皆さんと交流できたことは、今後何かのときに役立つ縁になると思います」と話しました。



約100人の女性部員が参加（島根県立古代出雲歴史博物館で）

島根 おおち

管内若手農業者が 県知事と懇談会

島根おおち地区本部の若手農業者6名は邑南町のいこいの村しまねで、農業人口が減少傾向にあるなか徐々に増えつつある若手農業者の意見を知事に届けるべく懇談会を行いました。丸山達也県知事のほか福井竜夫県議会議員、石橋良治邑南町長にも同席いただき、邑智郡の秋の味覚を共に味わいながらの開催となりました。

懇談会では日高本部長が島根おおち地区本部の概況について報告。続いて生産者から現在の経営概要や取り組み状況、また苦労している点や不安に感じている点などを一人一人知事に説明しました。丸山知事からは、県内および管内の肥育牛や育成牛の環境、ミニトマトと大玉トマトの生産工程の違いについてなど様々な質問がされ、生産者が生産者目線で質問に答えていました。試食会では、石見高原ハーブ米の新米、石見和牛肉、邑南町産シャインマスカットなど管内の味覚を楽しみながら、個々に知事との対話をするなど和やかな雰囲気の中懇談会を終了しました。

今回の懇談会は、管内の生産者が知事と直接対話できる貴重な時間となりました。今後も農家の所得向上や将来的な担い手の確保に向け、行政とも連携した取り組みを行っていきたく考えています。



斐川

園児が稲の脱穀に挑戦！

10月8日に東部保育園、16日に荘原保育園をＪＡ職員が訪れ、園児たちがバケツで育てた稲の「脱穀」「選別」作業を行いました。この取り組みはＪＡグループが「みんなのよい食プロジェクト」の一環として、農業への関心を深めてもらおうと毎年行っている活動です。園児たちは職員の説明を受けた後、1週間乾燥させた稲を持ち、空の牛乳パックに穂先を入れて引き抜くという方法で脱穀を行いました。次に、「唐箕」を使った選別作業では、ハンドルを回して起こした風で籾を選別する様子を園児たちは興味津々に見ていました。作業を行った園児たちは「これがお米になるの？早くおいしいお米が食べたい」とお米を食べるのをすごく楽しみにしていました。担当職員は「園児たちの笑顔が見れて良かった。来年もこの活動を通してお米や農業の大切さについて知ってもらいたい」と話しました。次回は、「籾摺り」を行い、炊きあがったお米で「おにぎりパーティー」を開催する予定です。



西いわみ

J A女性部が福祉施設に 手作りおやつを届けました

J Aしまね西いわみ女性部（部長 波田洋子）は、地域貢献活動の一環として管内37箇所の福祉施設に手作りのおやつを贈るサービスを毎年春と秋に実施しています。

秋のおやつは、小豆あんのかわりにきな粉をまぶした「きなこおはぎ」で、合計1,600個を同部員らが手分けして手作りし施設関係者に手渡します。

今回は10月9日に益田市内の27施設、11日に津和野町内の2施設、18日に吉賀町内の8施設におやつを届けました。

受け取った施設関係者の一人は「毎年楽しみにしているおやつを頂く事ができてうれしい」と喜びました。

同女性部では今後も同サービスを続けていく予定です。



いわみ中央

がん募金で感謝状

いわみ中央地区本部はこのほど、がん対策の啓発活動に役立てる「がん募金」に多額の寄付をしたことにより、丸山達也県知事より感謝状を受けました。感謝状の対象は、累計で個人は50万円以上、団体・企業は100万円以上の寄付となります。いわみ中央地区本部と女性部は公益財団法人ヘルスサイエンスセンター島根へ毎年募金を贈っており、募金額は累計で1,779,872円となりました。

募金を実施した公益財団法人ヘルスサイエンスセンター島根は、がん診療連携拠点病院の高度医療機器等の整備を支援するため2009年から3年間で6億6,900万円を集めた後、2010年度以降は民間の普及・啓発および支援事業を支援する目的で募り、令和元年9月1日現在で41,457,678円の募金が集まっています。

感謝状を受け取った佐々木豊本部長は、「地道な活動の積み重ねだが継続が大切。これからも積極的にがん啓発活動に協力していきたい」と話しました。

同日は、1個人と4団体・企業へ感謝状が贈られました。



隠岐
どうぜん

令和元年度島根県種畜共進会 開催！

本店

島根県種畜共進会で、隠岐どうぜん地区本部から出品の海士町 戸鳴豊さんの愛牛「ふく」号（成雌区）が肉用種牛4区の首席に選ばれ、さらに各区首席との比較審査の結果、見事に最優秀のグランドチャンピオン牛の栄冠に輝きました。審査員は「体積・伸び・深みと揃った立派な牛」と講評。隠岐産牛として、初受賞となった昨年に続く2年連続のグランドチャンピオンに会場が湧きました。

当地区本部からは「ふく」号のほか、この組として奥田美代子さんの愛牛「こはく」号（母系群区）も出品され、「こはく」号と「ふく」号による母娘の組出品は、3席に選ばれました。また、隠岐地区本部から出品された隠岐の島町 田中井さんの愛牛「ひさめぐみ号」も4区の3席と健闘しました。隠岐地域から3頭の出場は初の快挙であり、畜産熱意と好成績に大きな声援をいただきました。「隠岐牛」を大いにアピールすることができ、「畜産大国」樹立に向け勢いがつく結果となりましたことを嬉しく思います。

J Aしまねは10月19日、松江市宍道町の島根中央家畜市場で令和初の島根県種畜共進会を開催しました。各地区本部で優秀な成績を収めた肉用種牛47頭と乳用種牛29頭が出品され、育種改良の成果や飼養管理技術を競いました。前日からの悪天候の中、丸山達也県知事をはじめ多くの来賓・来場者を迎え、曇天を吹き飛ばす熱気のコもった共進会となりました。最高位のグランドチャンピオンに、肉用種牛の部は第4区（成雌牛）の海士町 戸鳴豊さん出品牛「ふく」号、乳用種牛の部では第6区（経産牛B）の出雲市 永瀬哲也さん出品牛「IDEE サンチエス ルイ ET」号が選ばれました。永瀬さんは3年連続してグランドチャンピオン獲得となりました。

また、同日開催したJ A和牛審査競技会では、J A女性部、農林大学校、高等学校から出場した7チームが和牛審査眼を競い、農林大学校Bチームが優勝しました。



肉用種牛グランドチャンピオン
戸鳴さんの愛牛「ふく」号



乳用種牛グランドチャンピオン
永瀬さんの愛牛「IDEE サンチエス ルイ ET」号



J A和牛審査競技会 優勝
島根県立農林大学校 農林大Bの皆さん

目標170t！
西条柿初出荷

9月30日、浜田市内村町の柿選果場前で西条柿出荷式を行い、生産者ら70人が参加しました。

出荷式に当たり、稲垣薫組合長は「今日は県下で初の西条柿出荷式、今年は出荷数量170トン、総売上高5,500万を目標にめざす。糖度も高く玉太りも良好である。自信を持って生産者一丸となって出荷に取り組みよう。」と挨拶しました。

また、参加した生産者は、「県を代表する大きな産物の一つの西条柿。多くのファンができるようPRしていきたい。生産者も高齢化で先行き不安だが今を大事に頑張りたい。」と意気込みを語りました。

現状着色が少々遅れてはいるが、これからの2か月間生産者も1円でも高く売れるよう消費者にPRしながら目標を指していきま

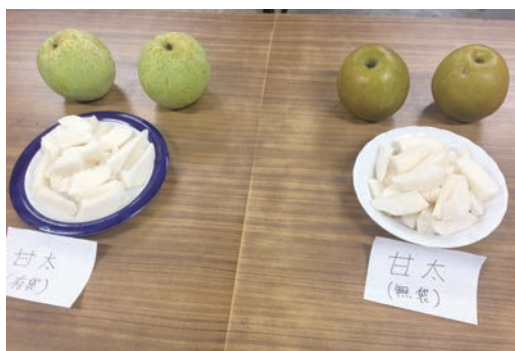


ジョイント栽培を視察研修

10月8日、旭町梨生産組合が視察研修会を開催、生産者、浜田農業普及部、JA職員ら12名が参加しました。

島根県農業技術センター（出雲市）を視察し、神奈川県で開発された梨のジョイント栽培を実際に行っている圃場を見学し、ジョイント栽培

のメリットや栽培方法、栽培環境など聞き取りを行い参加者全員熱心にメモも取りながら意見交換会をしました。



その後は、新品種の「甘太（かんた）」の試食をさせていただき、糖度が高く果肉もやわらかい品種でありました。赤梨ではありますが、袋掛けをしている梨は見た目が青いために「青梨に見える」などの声がありました。

今年産出荷に向けて
菌床椎茸目合わせ会

10月17日、いわみ中央菌床椎茸生産部会は、JA旭支店にて今年産の出荷に向け、目合わせ会を開催しました。

JA担当者から、出荷方法や出荷調整方法などについて報告があり、実際に各等級の現物を参加者全員で目合わせし、どの菌床椎茸が規格品に入るのかを確認しました。

市場からは、(株)浜田青果市場、(株)広印広島青果の2社にお越しいただき、市場情勢や今後の販売について意見交換を行いました。

また、認知度向上並びに消費拡大を目的とした「きのこ収穫祭り」を開催することとなりました。

さらに、出荷先である米子、広島、浜田の小売店へ販売促進会に出向きPRを行います。

今年産は、9月中旬より初出荷が始まりました。10月中旬より本格出荷が始まり、県内外市場へ出荷を行う予定です。



あぐりニュース

**島根フェアで地元農産物をアピール！
スパーク中山店で開催！！**

10月19日広島県のスパーク中山店にて、島根県西部4地区本部（島根おおち、石見銀山、西いわみ、いわみ中央）は、島根フェアを開催しました。

当日はあいにくの雨模様でしたが、定期的な開催と事前告知効果もあって来店者も多く賑わいました。

当地区本部では、キャベツ、筑陽茄子、生椎茸、ピーオーネ、もぎたてとまと（トマトジュース）の販売を行いました。

この島根フェアは、今後も継続して行い「いわみ中央地区本部の農産物」を広くPRし生産者の所得向上に努めます。



**グランプリ受賞！ 浜田市長へ報告
〜列島縦断宝メシグランプリ2019〜**

NHK総合テレビで放送された「列島縦断宝メシグランプリ2019」に出演した浜田市三隅町の白砂公民館主事吉本美和子さんやいわみ中央西条柿生産組合の組合長稲垣薫さんは、10月28日に久保田章市浜田市長に列島縦断宝メシグランプリ受賞の報告をしました。

番組では、石見地方の伝統食である「ゆで卵と干し柿のてんぷら」を紹介し、みごとグランプリを受賞しました。ゆで卵に干し柿を巻き、衣をつけて油で揚げたもので、柿の甘みとゆで卵のコラボが何とも言えないユニークさと美味しさで、視聴者や審査員に大変好評でした。試食した久保田章市市長は「ほっぺたが落ちそうです。見た目もきれいでとても美味しい。西条柿は浜田市の振興作物として応援している。是非、浜田市の名物料理にして、まず地元の方に食べてもらい、地域おこしにつながれば嬉しい。」と喜びの言葉をいただきました。



今後の検査日程

検査日	検査場所	対象地区
11月20日(水)	弥栄ライスセンター	弥栄
11月21日(木)	金城ライスセンター	金城
11月22日(金)	石央倉庫	全地区
11月29日(金)	石央倉庫	全地区
12月13日(金)	石央倉庫	全地区

☆中止となることもありますので、各営農経済センターまたは、農産課へお問い合わせください。TEL 0855-22-8818

産直トビックス

10月の営農塾

【第4回】10月9日

座学：作物に合った施肥時期・キスジノミハムシ作物別に特性と施肥のポイントの話を島本指導員より聞きました。

(例) 白菜は、葉が18枚から20枚になったら(結球前) 追肥をやる



と大きくしまりの良い玉となる。15℃～17℃で巻いてくる。追肥：燐硝安加里S604・キスジノミハムシ被害について

アブラナ科植物の実に寄生する虫。成虫は大根の本葉がはじめてから食害する。6月から7月に雨の少ない年は、発生が多い傾向にある。暖冬だと越冬虫の生存率も高い。

防除対策は、播種時の殺虫剤土壌処理が最も重要。

実習：大根の間引きと肥料やり
キャベツと大根の畝にネット張り。



【第5回】10月23日

座学：「竹の切り時期とソラマメの播種について」島本指導員より話を聞きました。木は6月、竹は8月、土塀は10月：木



六・竹八・塀十郎と覚えます。

竹も切る時期があり、適時期は2019年大つち・小つち早見表で新月にあたる日がよいとされています。

ソラマメの播種について話を聞きました。

ソラマメは連作を嫌うため、4～5年の輪作が必要です。

定植1か月前までに、堆肥、サンライム、BMよりりんを入れて耕し土となじませておき、2週間前には元肥を入れ、巾1.2mの畝をたてておきます。

種は、株間40cmで2粒播きとし、おはぐろを斜め下に2cmの覆土をします。

移植する場合は、9cmポットに1粒播きとします。

実習：圃場に行きキャベツと大根に追肥をしました。



10月の育成塾

【第6回】10月15日

圃場視察を実施し、塾生8名が出席しました。

1件目：浜田市弥栄町木都賀 河野守様圃場

河野さんは、高校卒業後就職と実家の農業を手伝っていたが、専業農家としてスタートされ、家族経営で

栽培面積250a。主にキャベツ100aと茄子15aを栽培。水稲も40aを作付されています。キャベツの苗5,000本、筑陽茄子700

本を定植すると聞いて、塾生も圧倒されていました。筑陽茄子は、接ぎ木を使用されていて、主な出荷先は共販。最盛期には1日10コンテナは収穫すると言われて

いました。元肥は、ソルゴーやエンバクといった緑肥肥料や鶏糞・牛糞堆肥・魚かすなどの有機肥料が使われています。

2件目：浜田市弥栄町門田 高橋伸幸様圃場

高橋さんは、四国の出身で大学卒業後縁あって弥栄協同農場の農業実習生として来られ、平成24年に独立。

ミニールハウス21棟(1棟1.4a)栽培面積30a

主に小松菜8棟、ほうれん草8棟、リーフレタス2棟、後は、トマト、ミニトマト、カラーピーマンなどを栽培されています。

両者とも大型農家で、若い農業者にはパワーを感じた圃場視察でした。



教えて野菜作り!

2019年11月号

○キュウリについて!!

今頃?と言わず憶えていれば次期生かしてください



この夏ある人が、今年はキュウリはよう出来た・・・との声。
しかし、途中から実が曲がってしまい、商品にはほど遠く近所の人にあげたんだが、これを防ぐにはどうすればよいかという話になりました。

キュウリ栽培で重要なポイントは、茎葉を发育させながら花を咲かせさらに実をつけていくことです。

実が曲がるのは、なり疲れで草勢が低下したり、水分や肥料が不足した場合に起こりやすくなります。そして、葉の基部からは子ヅルが伸び、花や実がつくと養水分を取り合っ

て草勢が弱くなります。

草勢を維持するためには、まず根を十分に張らせて養水分をよく吸収させます。

さらに子ヅルを伸ばして実を肥大させるためには、**樹の整枝**が重要になります。

その前に、品種は雌花の付き方で主に大きく2つのグループに分けられます。

雌花と雄花が混在する「飛び節成り」タイプと、近年の品種改良により生まれた、全ての花が雌花になる「節成り」タイプです。

長い期間楽しめる「飛び節成り」、スタートが早い「節成り」タイプとなります。

「飛び節成り」タイプは、伸ばしたツルの節々に咲く花の30~50%が雌花となります。このタイプは果実の収穫は連続しませんが、時間をかけて飛び飛びになることで、実の負担が少なく、樹の体力も落ちにくくなります。

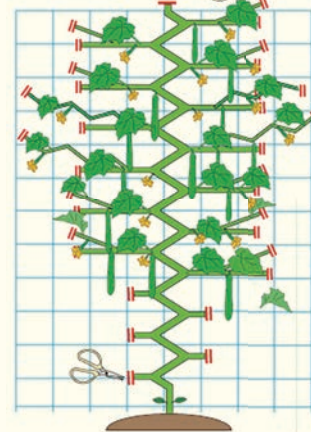
体力のある分、子ヅルは旺盛に伸び、結果的に長い期間栽培ができ、収量も多くなります。

「節成り」タイプは、生育初期から各節に連続して雌花が咲きます。それが全て着果していくため、スタートから数多くの実がなります。その分、株の体力は実のほうに引っ張られるため、子ヅルはあまり伸びず、葉の枚数も増えなくなります。

この性質は水や追肥をしっかり施さないと樹がばてやすくなり、「節成り」タイプは短期的な栽培でその特性を発揮することも知っておく良いでしょう。

(整枝方法の例)

飛び節成り型



節成り型



○飛び節成り型

初めに伸びる親ヅルはネットの上の所まで伸びたら摘芯します。

基部から4~5節までに発生した雌花や子ヅルは早めに取り除きます。この時あまり小さいうちから摘み取らないようにします。親ヅルから発生した子ヅルは手をつかめる位に伸びた節の2~3節で摘芯し、子ヅルは1~2節で摘芯します。

○節成り型

初めに伸びる親ヅルはネットの上の所まで伸びたら摘芯します。株元から4~5節までに発生した雌花や子ヅルは早めに取り除きます。

親ヅルから発生した子ヅルは3~4節で摘芯するか、数本はそのまま伸ばします。

子ヅルから発生する孫ヅルは芯をつまずにそのまま伸ばします。

※「曲りも少なく、ずーっととれるキュウリ」は草勢が旺盛で葉も大きめ。その分、大きな葉やツルが込み合いやすいので、適宜葉かきをして内部まで光や風を通りやすくしてやることも大事です。
憶えていれば次期に生かして下さい。





島根県西部農林振興センターからのお知らせ

集落で放牧を始めてみませんか？

農業の担い手不足などにより農地の保全管理が難しくなる中、牛の放牧は草刈り作業の省力化やイノシシ等の獣害対策の有効な手段として、関心が拡がりつつあります。



<放牧前>



<放牧後>

水稲以外に水田活用の選択肢が広がり、農地の維持や省力的な管理につながります。

【管内での取り組み事例】

浜田市金城町の集落では、今年度、和牛繁殖農家と連携し、放牧を実施されました。実施集落からは、「草刈作業の軽減に繋がった」「想像していたより手間が掛からなかった」との報告がありました。

(実施の概要)

放牧面積 1ha

放牧牛 繁殖和牛2頭

放牧期間 7月初から9月末まで



放牧の様子

まずは、『お試し放牧』をしてみませんか？

○島根県では、放牧牛、放牧用資材の貸出を行っています。

- ・お試し放牧で放牧の手軽さ等を体験できます。
- ・貸出にかかる出費はありません。(飼料等の購入が必要となる場合があります)

○取り組みの検討から実施まで支援します。

- ・農業普及部では、集落での検討から取組の計画、放牧の実施まで支援します。

問い合わせなど、詳しくは西部農林振興センターまで。

連絡先：島根県西部農林振興センター 浜田農業普及部 TEL：0855-29-5619

第39回年金友の会寿ロード

山口の絶景をみんなで堪能!

今年の寿ロード日帰り旅行は、山口県「大谷山荘で会席料理と角島・元乃隅神社」を企画しました。

角島の海はコバルトブルーと白砂ビーチ、透明度の高い海は日本海の印象が変わりました。角島大橋を渡って石づくりの角島灯台にも足を延ばし、細い階段を上った灯台の上からみる景色は、遠くに水平線と地形を一望でき、どちらも絶景でした。

赤い鳥居の横は断崖絶壁の日本海。長門の海と赤、緑のコントラストは「日本の最も美しい場所31選」に選ばれた撮影映えるスポットとして、また、願いが叶うパワースポットとしても大人気の観光スポットとなっています。また、高さおよそ5メートルの場所にある賽銭箱をめぐって小銭を投げ入れ、ご利益をいただきました。



日露首脳会談の舞台として2016年12月に使用された山口県長門市の湯本温泉で、両国首脳が宿泊したことでも一躍有名になった「大谷山荘」は、数々の温泉宿ランキングで山口県や中四国地方の上位に輝く超人気旅館です。大国の首脳や要人たちも堪能したのであるう、山あいの老舗温泉宿での会席料理は大満足な内容となりました。

京都を満喫一泊二日の旅

10月20日〜21日「寿ロード一泊二日の旅」を開催し、100名を超える参加をいただきました。

初日は、2018年11月に新開場した京都南座で藤山直美主演の「道頓堀ものがたり」を鑑賞、同作は大正末期から昭和初期、芝居街として賑わう大阪・道頓堀を舞台に、芝居茶屋で働くことになった田舎娘・お徳(藤山)の運命を描く人情喜劇です。藤山さんにとって南座への出演は5年ぶりとなり、新装後は初めての舞台となりました。以前に改修工事がおこなわれた1929年は、亡父である俳優・藤山寛美の生まれ年でもあり、両親が出会われたのも南座とのことで、藤山の家と南座は葛が絡んでいるように不思議なご縁があるようだと言われました。



2日目は、京都市内を観光「名勝・平安神宮神苑」と「国宝・三十三間堂」を見学しました。参加された方の中には「学生の時に友達と旅行に来てから50数年ぶりに参拝しました」と言われる方もおられ、懐かしい思い出の旅行と重なられたようです。



い わみ中央地区本部は、今後も年金受給者の皆様に楽しんでいただける企画を計画してまいります。

地域に根差した支店を目指して!

9月29日に江津西支店にて第1回支店祭りが開催され、160名を超える来場がありました。この支店祭りはJAの事業や活動をもっと知ってもらい、1人でも多くのJAファンを作り地域に根ざした支店を作りたいとの思いで始めました。

初めに管内の保育園の園児による「ぬりえコンテスト」の表彰式を行い、米のすくい取り・野菜の重さ当て・野菜釣りゲームや女性部によるおからドーナツなどのイベントブースではスタンプリーも実施。スタンプを5つ集めると、職員手作り焼きそばをプレゼント!皆さんに大変喜ばれ支店祭りは大盛況で終えることができました。

後山支店長は「天候が心配される中での開催だったが、たくさんの方にご来場いただき嬉しく思います。女性部・総代の皆様のご協力のもと開催できました。来年も開催し地域に根ざした支店を目指します。」と話しました。



グラウンド・ゴルフで交流&健康増進！ 地区本部長杯開催！！

10月7日、浜田市金城町今福スポーツ広場にて「第20回J.A.まねいわみ中央地区本部年金友の会地区本部長杯グラウンド・ゴルフ大会」が行われました。

朝夕はかなり気温も下がってきましたが、当日の日中は汗ばむ気温となり絶好のグラウンド・ゴルフ日和となりました。6地区の予選を勝ち抜いた総勢125名の年金受給者の皆さんと共に、盛大に開催されました。

今福スポーツ広場は公益社団法人「日本グラウンド・ゴルフ協会」の認定コースとなっており、全面芝生の常設コースとして、アップ・ダウンのある大変楽しいコース設定となっています。



左から古城様、西谷様、本部長、深山様

当日の結果は次の通りとなりました。優勝された西谷さんは打数35という素晴らしい成績で優勝を決められました。

また、上位16名の方はいわみ中央地区本部の代表として「第6回J.A.カップ島根県グラウンド・ゴルフ大会」への参加権が与えられます。

- 優勝 西谷 誠現（雲城）
- 準優勝 古城 護（金城）
- 第3位 深山 豊（雲城）

自転車事故のない社会へ



び、交通ルールを守って事故に遭わないことを約束していただきました。

最後に田村実校長より「今回の交通安全教室をとおし、交通事故もいじめも相手を思いやる大切であることを学んだと思います。多くの生徒たちが近い将来、自動車を運転することになります。被害者にも加害者にもなって欲しくありません。と生徒へ熱く語られ、交通安全教室開催に感謝いただきました。



地域の交通安全を願って カーブミラー贈呈

いわみ中央地区本部は秋の全国交通安全期間中の9月25日に、浜田市へカーブミラーを送りました。この活動は交通事故防止のお役立ち、人命保護と被害軽減を目的とし、毎年行っています。久保田章市浜田市長より「市民の交通事故防止のため活用させていただきます」と感謝のお言葉を頂きました。



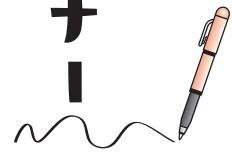
バランスボールで産後ケア！ 子ども倶楽部セミナー開催！

10月9日、島根県立体育館キッズルームで「第27回子ども倶楽部セミナー」を開催、8組の親子が気持ちよい汗を流しました。

バランスボールインストラクターの森春奈先生は、島根県各地を回りバランスボールの普及活動をしておられます。このセミナーは、先生独自で6回開催されているところを、「子ども倶楽部とのコラボ企画」として年3回のプログラムで開催しています。今回はバランスボールを使った肩こりセルフケアで汗を流し、運動後のワークでコミュニケーションスキルについてみんなで考えました。参加されたみなさんは「久々に運動して気持ちよかったです！」「面白かった！」と笑顔で会場を後にされました。子供たちもお母さんがバランスボールで運動している姿を見て一緒にリズムに乗って動いたり、手拍子をしたりとても楽しそうでした。子ども倶楽部では産前産後のお母さんのための活動をこれからも続けていきます！



おたより コーナー



◆ 地元の様々な取り組みが読めるので毎号楽しみにしています。
知人が載った時には本人と出会ったらその話題で盛りあがって楽しい。

◆ なすと鶏肉の梅肉和え、さっそく作ってみました。家族にも好評で作り方も簡単、今後家のある材料で手早く（時短）できるものをお願いします。

◆ いつもきんさい市場で新鮮な野菜や加工品を買っています！
最高においしいです！

◆ 毎月の配布楽しみにしています、JAの職員さんとも顔なじみになりました。

◆ 「夏キッズ！の親子の集い」の記事を読み、こういった親子のふれあいの機会をこれからも続けてください。孫がまだ1才ですが、小学生になる日を楽しみにしています。

☆クロスワードパズルの応募ハガキにご感想・ご意見・身近なお話等お寄せください。

バナナのような・・・



柿

浜田市田橋町 匿名様



なす

浜田市金城町 石田 孝人様

サプライズ

1日農家レストランオープン!

10月3日、いわみ中央女性部弥栄（徳田マスエ部長）は弥栄町フットサル競技場の休憩場で「1日農家レストラン」を開催しました。女性部員や地域の方など100名を超えるお客様にご来店いただき大盛況に終わることができました。

地元の食材を使った黒米おはぎ、手作りコンニャクのさしみ、ソーメンウリのサラダ、家の光のレシピを参考にささみのチーズパン粉焼きなど全部で15品の料理が並びました。お客様からは「どの料理もたいへん美味しかった、来年もぜひ来てみたい！」と非常に喜んでいただきました。



弥栄女性部は毎年「1日農家レストラン」を開催して
おり、女性部にとって
は活力となり、地域の方にとつては毎年の楽しみに
なっています。
これからも
地元の食材
を使い、安
心安全な活動を
続けていきたく
と思っています。



多くの仲間と親睦旅行の玉造

いわみ中央女性部（徳田マスエ部長）は、10月11日に日帰り親睦旅行を開催し91名が参加しました。この親睦旅行は、昨年『多くの仲間に参加してもらおう』と呼びかけ大変好評でしたので、今年も開催し皆さん賑やかに楽しい1日を過ごされました。

この日は、ホテル玉泉にて『うたごえ教室』を実施し、発声の基本をはじめに学び、その後『故郷』や『庭の千草（菊）』など懐かしい歌を

みんなで合唱し、お腹の底から声を出すことで体が温まり、バスの旅で少し疲れた体が和らいだようでした。そして親睦交流会では、豪華メニューで食べきれないほどの料理を堪能しました。

お腹もいっぱいになり、ゆっくりとおしゃべりを楽しんだところで大社観光ぶどう園に出発。ピオーネ・シャインマスカット・クイーンニーナ・スチューベンの4品種のブドウ収穫体験を行いました。少しシーズンは過ぎましたが試食をし、自分の好みの物を見つけておられました。

日々忙しく働いたみなさんへのご褒美の旅行でもあり、1日家事や農作業の事を忘れ、ゆっくり美味しいものを食べ、笑って楽しい会話もし、満足して帰途へと着かれました。



令和元年度 農業用所得申告支援帳票の申し込みのご案内

今年度も農業所得支援帳票の作成・配布を受け付けします。

ご利用を希望される方は、JA各支店・事業所・各営農経済センターで下記の通り申し込みをお願いいたします。

なお、継続利用契約の申し込みはお引き受けできませんので、ご了承ください。

1. 申告支援の内容

- ①農業収支計算明細書（1年間のJAでの貯金取引を科目別に分け、表にします）
- ②農業収支内訳準備表（科目別に集計された一覧表になっています）

2. ご利用方法

集計口座は、3口座まで、ご家族の口座でも集計できます。

3. ご利用料金

1農家 1,100円（税込）

JA農家への郵送代金等に利用させていただきます。

4. 申込締切日

令和元年12月20日（金） 各支店・事業所・営農経済センター必着

5. 帳票のお届け予定時期

（上記期限までに提出された場合）

令和2年1月中旬ごろ郵送にてご自宅へお届けする予定です。

【お問い合わせ先】

営農経済部 営農企画課 TEL0855-22-8812

これからの季節にいかがですか

～西条柿から出来た究極の一品～

西条柿を原料とする清涼飲料水「**晩夕飲力**」^{ばんゆういんりょく}をごぞんじですか。飲酒前に飲んでおくと少し飲みすぎても翌朝すっきりです。お酒を飲む機会の増えるこの時期、是非お試しください。



晩夕飲力 (50ml)

1本 216円（税込）

10本入ボックス 2,160円（税込）

キラリ いー顔！ おとわかい音響会

石見が大好き！！

1990年に浜田市弥栄町のママさんバレーチームのメンバーが、石見神楽の太鼓に魅せられて活動を始めました。太鼓だけでなく公民館活動や、町内のイベント、神社への奉納などさまざまなボランティア活動に取り組んでいます。

昨年12月に念願だった若い後継者7人が加入。さらにパワーアップして毎週練習に励み地域活性化の想いも強まっています。



手数料無料ATMがたくさんあります！

全国のセブン銀行、イーネット、ローソン銀行ATM等で
平日日中手数料無料でご利用いただけます。

(ご利用手数料) 2019年10月1日現在

金融機関名	お取引内容	ご利用手数料		
		平日 8:45~18:00	土曜日 9:00~14:00	平日・土曜日のその他 時間帯および日曜日・祝日
J Aバンク	入出金	無料	無料	無料
J F マリンバンク	出金	無料	無料	無料
セブン銀行	入出金	無料	無料	110円
イーネットATM	入出金	無料	無料	110円
ローソン銀行	入出金	無料	無料	110円
ゆうちょATM	入出金	無料	110円	110円

※詳しくは、JAバンクホームページ・お近くのJAまたは、ご利用ATMの掲示等でご確認ください。

年金相談会

12月5日(木) 浜田西支店
午後3時から午後7時まで

- こんな不安はありませんか？
- ★年金っていつから、いくらもらえるの？
- ★「年金定期便」が届いたけど見方がわからない…
- ★年金の請求手続きってどうすればいいの？
- ★働いているから請求しなくていいのでは…
- ★遺族年金（障がい年金）はずっともらえるの？
- ★結婚前に働いた会社の記録がないような気がするけど…
- ★厚生年金は65歳からもらう方が得？

メガネ・補聴器巡回スケジュール

開催日	時間	会場
12月2日(月)	午前9時から午後3時まで	金城宮農経済センター
12月3日(火)	午前9時から午後12時まで	Aコープやさか前
12月4日(水)	午前9時から午後3時まで	旭 木田店舗前
12月5日(木)	午前9時から午後12時まで	三隅 旧井野事業所前
12月6日(金)	午前9時から午後3時まで	上府事業所
12月16日(月)	午前9時から午後3時まで	江東事業所
12月17日(火)	午前9時から午後3時まで	雲城出張所
12月18日(水)	午前9時から午後3時まで	旭 旧市木事業所前
12月19日(木)	午前9時から午後3時まで	浜田宮農経済センター
12月20日(金)	午前9時から午後3時まで	三隅支店

ご自身・ご家族のメガネ調整、補聴器点検等気軽にお立ち寄り下さい!!

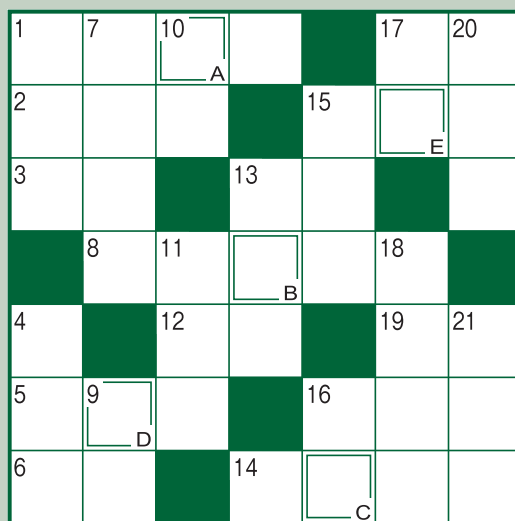
タテのカギ

- ①毛糸や棒針などを使って楽しめます
- ④年賀状を書くために買ってこなくちゃ
- ⑦積み上げて塀を作ることも
- ⑨ポンポンと突いて遊びます
- ⑩ツキノワ、ホッキョクといえば
- ⑪肌のこと。ドライ——
- ⑬食用にするユリの鱗茎（りんけい）
- ⑮OPECは——輸出国機構の略称です
- ⑯もろみなどを搾った後に残る物
- ⑰水道、電気と並ぶライフライン
- ⑱グルメとも呼ばれる——家
- ⑳AMを聞こうかな、FMにしようかな
- ㉑言葉のキャッチボールです

ヨコのカギ

- ①手にはめる防寒具
- ②良い香りがする——キャンドル
- ③リンゴの芯の周りに入っていることも
- ⑤つらさをぐっと耐え忍ぶこと
- ⑥穴を開ける工具
- ⑧結婚指輪をはめるところ
- ⑫餅をつく人が手に持ちます
- ⑬冬空から降る白い物
- ⑭ロシアの首都です
- ⑮怖い話を聞くと凍りそう
- ⑯住み込みではありません
- ⑰無地の物には付いていません
- ⑱トナカイもこの仲間

二重マスの文字を A ~ E の順に並べてできる言葉は何でしょうか？



答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

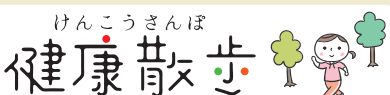
応募要項

- 応募方法 ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。
- 賞品 正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒697-0024 浜田市黒川町3741番地
JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2019年12月5日（木）（当日消印有効）

先月号の答え
「コガラシ」



・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送以外の目的で利用することはありません。



夕食時間

JA島根厚生連

肥満症、高血圧症、糖尿病などの生活習慣病では、食事、運動療法などの生活習慣指導が重要です。その中でも食事について、甘味物や油物、炭水化物にも気をつけているのに、今ひとつ効果が現れないと感じることはありませんか？そこには夕食を摂る時間が関わっているのかもしれません。

寝る前の2時間以内には食べないように、飲まないようにしましょう。と、よく聞きます。とすれば3時間以内には・・・と、言われるところもあります。

食べ物を食べてすぐ寝ると、からだに蓄積される脂肪量は多くなり太りやすくなります。また、胃の中に大量に食べたものが残っていると、消化活動により就寝後も胃が働き続けるため、興奮状態となり寝つきが悪くなります。しかし、反対に胃が空っぽの場合も消化のためのエネルギーが要らなくなるので、血液が全て脳に集中してしまい、脳が覚醒状態になり、眠れなくなってしまいます。ですから、寝る前の2～3時間前に、適度に夕食を摂ることが大切です。

収穫の秋。食欲の秋。何もかも美味しく、つい食べ過ぎてしまいがちです。お読みいただいている皆さまの中にも、「そうそう・・・」と頷いてくださった方も少なくはないでしょう。この季節は特に気をつけたいですね。

夕食の内容についての注意点は、脂肪の摂取を控えめにすることです。夕食後から寝るまでの時間が短い人は、特にこの点に注意していきましょう。

夕食時間が遅くなるのは若い人ほど多くなる傾向にあるようです。どうしても夕食が遅い時間になってしまいそうな時は、補食をお勧めします。昼食から夕食までの間が大きく空きすぎると、飢餓状態になり、脳が栄養不足と認識し脂肪を貯め込み易くなります。補食として、夕方5～6時くらいに、少しの食べ物を胃に入れて飢餓状態を避け、夕食のドカ食いを防ぎましょう。補食は、夕食をこの後摂ることを考慮して、量を調整してくださいね。

【お勧めの補食：カルシウムも同時に摂れるヨーグルト、ビタミン・ミネラルが補給できる果物、小さめのおにぎりやカップスープ等々。】

もし、夕食が寝るすぐ前になってしまったら、消化の良いお粥、雑炊、お茶漬、具だくさんのスープや味噌汁などでガマン！ガマン！その分朝食が美味しくいただけるかも・・・。
なにとはもあれ、夕食は、寝る前の2～3時間前に摂っていただけるよう、心がけてみてください。





JALしあね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ
優待割引のお知らせ

JALしあね ×



メガネの三城



選べるフレーム+
 選べるレンズ付

NEW! 選べるレンズ			
1.60 1.67 スマホ用	1.60 球面	1.60 非球面	超うす型 1.67 非球面
1.60 遠近両用	超うす型 1.67 遠近両用	1.60 中近両用	1.60 近々両用

本体価格 **¥12,000~**
 [税込価格 ¥13,200~]

メガネ一式
10%OFF!!
 補聴器
5%OFF!!

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗 島根県内メガネの三城 全店 ※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。詳しくは係員にお尋ねください。

お問合せ

JALしあね 本店経済部生活課 [TEL] **0853-25-8907**

JALしあね

キャンペーン期間 **2019.11.1(金) - 12.30(月)**

あったかキャンペーン2019



JALしあねは、
 しあねの農業と
 皆さまの資産形成を
 応援します!



よりぞう
 ミニトートバック
 先着 **5,500名**様にプレゼント!

対象のお取引

- ① 定期貯金**
 10万円以上新規または、増額でご契約いただいた方 (期間1年以上) (※1,2)
 - ② 積立定期貯金**
 月額1万円以上新規または、増額でご契約いただいた方 (※1,3)
 - ③ 定期積金**
 36万円以上新規にご契約いただいた方 (期間3年以上) (※1,3)
- (※1) 上乗せ金利の適用があるものを除きます。(※2) 窓口でお預入いただいたものに限ります。(※3) 口座振替での振込に限ります。



さらに

期間中、下記のいずれかのお取引がある方の中から
 抽選で600名様に **島根の特産品(3,000円相当)プレゼント!**
 特産品は **島根県農協青年組織協議会盟友** が生産した、自慢の一品ばかり!

- 給与振込口座のご指定
- 年金振込口座のご指定
- 年金受取のご予約
- JAネットバンクのご利用
- JAカードのご利用

何が当たるかは
 お楽しみ次第です



●応募方法 対象のお取引に対して下記のとおり抽選権をお付けします。

お取引	口数
① 定期貯金	10万円を1口として1本の抽選権がつけます。
② 積立定期貯金	月額1万円を1口として1本の抽選権がつけます。
③ 定期積金	ご契約1口につき、1本の抽選権がつけます。

- 当選発表 令和2年1月中旬頃、ご当選された方に対して当選通知をお送りします。
- 抽選権の失効 抽選日の前日までに対象のお取引が中途解約されていた場合、懸賞抽選権は無効となります。
- 個人情報の取扱い 取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためのみに使用します。

JABankは、どなたでもご利用いただけます。くわしくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。



しまねうれしび

料理研究家 土井小百合

JALしまねびより

本誌は地球環境に優しい植物性インクを使用しております。



きのこのサンラータン



●材料 (3人分)

豚ひき肉…………… 80g	しょうゆ…………… 大さじ2
おろし生姜…………… 小さじ1	レタス…………… 1枚
豆板醤…………… 大さじ1	塩・こしょう…………… 少々
中華スープ…………… 400cc	片栗粉…………… 大さじ1
プチトマト(半分に切る)… 3個	水…………… 大さじ2
木綿豆腐(角切り)… 1/3丁	酢…………… 大さじ1
えのき(半分)… 30g	
しいたけ(スライス)… 1枚	

①



●作り方

- ①耐熱ボウルに豚ひき肉、おろし生姜、豆板醤を入れ中華スープを少しずつ加えながら混ぜる。
- ②①に①としょうゆを加え電子レンジ庫内中央に置きレンジにかける。
- ③豚ひき肉に火が通ったら塩、こしょうをして水溶き片栗粉を入れすぐ混ぜる。
- ④とろみがついたら酢、ちぎったレタスを入れる。

サンラータンは、中華料理(四川料理・湖南料理)のスープで、酢の酸味と唐辛子の辛味と香味を利かせた、酸味豊かな辛みのあるスープです。簡単に出来るように電子レンジで作っています。

リンゴジャム



●材料

リンゴ…………… 300g
(紅玉・国光などがよい)
グラニュー糖…………… 原料の50~70%
レモン汁…………… 小さじ1



●作り方

- ①リンゴを綺麗に水洗いする。
- ②皮をむき薄切りにする。褐変防止のため1%食塩水に浸漬する。水切りして重量を量る。
- ③鍋にリンゴと皮、グラニュー糖を加え少しおき火にかける。
- ④リンゴが柔らかくなり赤い色がついたら皮を捨て、ミキサーにかける。
- ⑤鍋に戻しレモン汁を入れ攪拌しながらなるべく強火で短時間で煮詰める。

リンゴの皮を入れて煮込むことで皮の色が付き、きれいなピンク色のジャムが出来上がります。甘さは砂糖を加減して好みでつくってみてください。

表紙紹介

表紙のイラストは野々村 直通 (ののむらなおみち) 先生に描いていただいています。

今月の表紙は大田市大森町の「城上神社」です。大国主命を祀るこの神社の拝殿は県指定有形文化財に登録されており、天井に描かれている極彩色の龍は、絵の下で手をたたくと澄んだ音が聞こえる「鳴き龍」として訪れる人を惹きつけます。森のように木々が茂っていたことから「大森」の地名が生まれたと伝わるほど緑に囲まれた境内も、秋には赤く彩られます。

編集後記

10月は全国各地で台風被害や水害が相次ぎました。被害を受けられた方々や農畜産物への状況を目の当たりにすると、一日も早い復旧を願わずにはいられません。台風19号による農林水産関係だけでも被害額は1,200億円超との試算があり行政からの支援が求められる中、東京五輪パラリンピックには当初予定を大幅に超える多額の税金が投入されるとか。来年は、穏やかな日常生活の中でスポーツを楽しみたいものです。(和)

【今月の表紙の原画】

レイアウトの都合により表紙のイラストは原画の一部表示となっています。原画の全体は次のとおりです。



JALしまね 公式ホームページ
<https://ja-shimane.jp/>

2019年11月13日付発行 (月1回発行)
 編集 / JALしまね ふれあい福祉課・いわみ中央地区本部
 発行 / 島根県農業協同組合 いわみ中央地区本部
 〒697-0024 浜田市黒川町3741番地 TEL.0855-22-0202 FAX.0855-23-3184